

令和7年度 9月から始まる各種講座 募集のご案内

申込期間: 7/22(火)~8/12(火) 15時締切

抽選結果公開日(館内掲示板・ホームページ): 8/14(木)10時~

受講決定後の受講料支払期間: 8/14(木)~8/25(月)

講座名		曜	講師	期間	時間	回数	募集定員	受講料
生活習慣病 予防	ストレッチ&水中ウォーキング	木	高村	9/4 ~ 12/11	10:30 ~ 11:45	14回	40人	3,780円
介護予防	からだの通信簿アップ	木	中田	9/4 ~ 12/18	13:30 ~ 14:30	14回	25人	3,780円
プール	初心者水泳	月	下道	9/1 ~ 12/8	13:00 ~ 14:00	10回	25人	2,700円
	初級水泳	火	下道	9/2 ~ 12/16	13:00 ~ 14:00	14回	25人	3,780円
	中級水泳	火	秋本	9/2 ~ 12/16	13:00 ~ 14:00	14回	25人	3,780円
	初級水泳	金	津田	9/5 ~ 12/12	10:30 ~ 11:30	14回	25人	3,780円
	中級水泳	金	秋本	9/5 ~ 12/12	10:30 ~ 11:30	14回	25人	3,780円
	水中運動	金	秋本	9/5 ~ 12/12	13:00 ~ 14:00	14回	40人	3,780円
	水中アクア	金	下道	9/5 ~ 12/12	19:10 ~ 20:10	14回	40人	3,780円
	初級水泳	土	秋本	9/6 ~ 12/13	13:00 ~ 14:00	14回	25人	3,780円
	初級水泳	日	下道	9/7 ~ 12/14	10:30 ~ 11:30	14回	25人	3,780円
	中級水泳	日	秋本	9/7 ~ 12/14	10:30 ~ 11:30	14回	25人	3,780円

いずれも

★対象 16歳以上(介護予防講座「からだの通信簿アップ」のみ、65歳以上)で、
医師から運動を制限されていない人。※子ども連れの人を受講できません。

★受講料 一括払い(利用料金が別に必要です)

※窓口(申込票)、電話またはホームページから申込可能です。

※申込多数の場合は、抽選となります。(先着順ではありません)

※それぞれの講座で休講日が入る場合があります。

